

Clasificados

» Ver más



PORTADA COAHUILA NACIONAL INTERNACIONAL DEPORTES ESPECTÁCULOS VIDA Y ARTE TECNOLOGÍA FINANZAS OPINIÓN

Video | Galerías | Lo último | Lo más Leído | iPad | Cine Cartelera | Yo Reportero |

 **BUSCAR**

» Inicio » Vida y arte » Salud



TAMAÑO DE LA LETRA:



## Este pescado tiene mercurio... y usted

vota: | Existen 0 votos

[Recomendar](#)

Sé el primero de tus amigos en recomendar esto.

El País  
21-Diciembre-2010

Tags Relacionados: [contaminacion](#), [pescado](#), [desarrollo cognitivo](#), [toxicidad](#), [mercurio](#), [alimentacion](#)

**Doble clic** sobre cualquier palabra

La contaminación del pescado cuestiona la recomendación de consumo regular -Compuestos cotidianos afectan al desarrollo cognitivo o al sistema reproductor



Los científicos confirman un descenso de contaminantes como el plomo en el ambiente. Preocupan más el pescado y el marisco porque las concentraciones de compuestos no bajan. Foto: Archivo Vanguardia

[Me gusta](#)
[retweet](#)

COMPARTIR IMPRIMIR ENVIAR

Hace ya tiempo que se conoce la toxicidad de muchos de estos compuestos, y por ejemplo en el caso de las dioxinas, los bifenilos policlorados (PCB) o los metales pesados, su uso industrial o su liberación al medio se han regulado. Pero no por ello han desaparecido del entorno. Están en la cadena alimentaria, atrincherados sobre todo en los tejidos grasos; cuanto más viejos sean los animales que comemos, y más grasos, más contaminados. Los peces predadores, como el tiburón o el emperador, pueden llevar más de diez años almacenando metilmercurio, la forma más tóxica del mercurio, antes de llegar al plato.

Además hay compuestos más modernos y de uso muy común en la vida cotidiana, como los ftalatos -usados en plásticos blandos, por ejemplo para juguetes infantiles-, los compuestos bromados -en tejidos y ordenadores, para evitar incendios- o el bisfenol A, cuyos efectos sobre la salud preocupan.

Organizaciones ecologistas y expertos llevan tiempo dando la voz de alarma, con algunos resultados. La Comisión Europea anunció hace una semana que a partir de 2011 se prohíbe el bisfenol A en biberones, decisión que Estados Unidos tomó ya hace un año. John Dalli, comisario europeo de salud, declaraba que "nuevos estudios demuestran que el bisfenol A podría afectar al desarrollo, la respuesta inmune y la generación de tumores". En contacto con líquidos calientes este compuesto se separa del plástico, en especial si los biberones no son nuevos. Para Olea la prohibición "es una fantástica noticia, pero ¿por qué han tardado tanto? Sabemos cómo actúa este compuesto desde 1936".

¿Cuántos contaminantes exactamente nos comemos? José Luis Domingo, del Laboratorio de Toxicología y Salud Medioambiental de la Universidad Rovira i Virgili, y Joan María Llobet, de la Universidad de Barcelona, llevan desde el año 2000 analizando los alimentos

Publicidad

Nuestra Comunidad

[Entrar](#)

Necesitas estar conectado en Facebook para ver la actividad de tus amigos

**Educando para la mediocridad**

617 personas compartieron esto.



**Goleos de Chicharo y Vela, entre los mejores - Vanguardia**

101 personas compartieron esto.



**Restricciones y 10 carencias más del iPad - Vanguardia**

79 personas compartieron esto.



**Diego está libre: López Dóriga - Vanguardia**

35 personas compartieron esto.

Plug-in social de Facebook

VANGUARDIA on Facebook

El día en imágenes



Revive los acontecimientos más importantes del día en imágenes

[» Ver más](#)

de la cesta de la compra promedio en Cataluña. Su tercer informe está casi a punto. Toman las muestras escogiendo como lo haría un consumidor medio, y miden ocho contaminantes más metales pesados. Luego cruzan los datos con los de consumo de los catalanes y obtienen la ingesta de un consumidor medio.

Hay algunas buenas noticias: "Se nota el descenso de algunos contaminantes en el ambiente, como el plomo, que ya no se usa en las gasolinas, o las dioxinas y los PCB", señala Domingo. Llobet recuerda que "lo que emitimos al ambiente vuelve a nosotros; si el ambiente está más limpio, los alimentos también".

El punto negro está sobre todo en el pescado y el marisco, alimentos en que las concentraciones no bajan. De hecho, si bien la ingesta media de todos los compuestos está por debajo de los niveles de seguridad establecidos por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el estudio de 2007, que publica la Agencia Catalana de Seguridad Alimentaria (ACSA), revela que los niños y niñas superan por poco este nivel, y las mujeres prácticamente lo alcanzan. Se remite en el texto a las recomendaciones de la UE: los niños pequeños, las mujeres embarazadas o que deseen concebir y las que estén amamantando no deberían comer más de 100 gramos semanales de pez espada o tiburón, dosis que excluyen más pescado esa semana. El atún, no más de dos veces por semana. Europa no es la única en emitir estas recomendaciones; Estados Unidos y Canadá dan consejos similares desde hace años.

Los datos de los estudios de la ACSA casan bien con que la mayor parte de las alertas emitidas por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria en 2009 fueron por niveles altos de mercurio en el pescado. Tiene su lógica. Una vez en el medio, el mercurio no desaparece. Y a las fuentes naturales de mercurio, como las erupciones volcánicas, hay que añadir la actividad del hombre, que lleva 3.500 años usando este metal. Se estima que seguimos liberando al medio cada año 50.000 toneladas de mercurio.

"Nunca nos quitaremos el mercurio de la cadena trófica", dice Bernardo Herradón, químico del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC). "Se ha usado mucho, y aunque ahora está muy restringido sigue estando en algunos tipos de pilas y en tubos fluorescentes, por ejemplo". El mercurio está en el suelo y también pasa a la atmósfera; la lluvia lo lleva a los ríos y de ahí al mar, donde los microorganismos lo convierten en metilmercurio, que es la forma que nos comemos con el pescado. Los microorganismos están en la base de la cadena alimentaria marina, y los grandes peces predadores, y nosotros mismos, estamos en la cúspide.

Pero, además de la dieta, los investigadores están descubriendo -"sorprendidos", dice Olea-, otra fuente de contaminantes químicos para el organismo: la cosmética. "El efecto de los componentes de cremas y champús es ahora un área de investigación en auge. Tenemos cada vez más evidencias de que compuestos de uso muy común en cosmética, como los parabenos, interfieren con la acción de las hormonas. Se absorben fácilmente por la piel pero su eliminación es muy difícil", explica Olea.

También los filtros UV, usados en cremas antisolares y recomendados por los dermatólogos para prevenir el cáncer de piel, empiezan a ser sospechosos. De confirmarse su acción tóxica la comunidad biomédica se encontraría ante un dilema riesgo-beneficio.

Sin embargo, los investigadores advierten de que no será nada fácil establecer fuera de toda duda el vínculo entre exposición a contaminantes en la vida cotidiana y enfermedades. En primer lugar porque los efectos, de haberlos, tardan décadas en manifestarse. Y también porque lo importante, advierten los investigadores, es el 'cóctel' de productos químicos, esto es, su acción conjunta. Los compuestos son muchos, y su posible interacción, un misterio.

"No sabemos qué pasará, pero los datos están ahí", dice Olea. "La exposición es real. Los tóxicos están en la sangre y en la placenta, se excretan en la leche materna. Las madres los pasan a sus hijos. Tenemos en el cuerpo compuestos que nunca antes habíamos tenido", dice Olea.

Los epidemiólogos, por lo pronto, investigan la relación entre exposición a contaminantes y enfermedades como cáncer, diabetes, endometriosis, infertilidad, malformaciones genitourinarias, depresión inmunológica, asma, Alzheimer y Parkinson.

Para este tipo de trabajo suponen un tesoro los bancos de tejidos y datos como el que tiene el grupo de Olea en Granada: 6.000 placentas de madres de toda España obtenidas hace una década, con información de seguimiento, durante ese tiempo, del par madre-hijo correspondiente. Esto permite investigar, por ejemplo, la relación entre contaminantes en la placenta y desarrollo. Uno de los últimos trabajos científicos publicados, en septiembre, indica que una mayor concentración de compuestos clorados podría afectar negativamente a la función cognitiva, y recomienda más estudios.

Los investigadores también están observando en los últimos años que la baja concentración de estos compuestos en el organismo no garantiza su inocuidad. El llamado mito de las dosis bajas está cayendo.

"Tanto en animales como en humanos se han visto efectos adversos de los contaminantes a las dosis tradicionalmente llamadas bajas", explica Miquel Porta, catedrático de Epidemiología y Salud Pública de la Universidad de Barcelona e investigador del Instituto Municipal de Investigaciones Médicas (IMIM). "Estrictamente, estas dosis no son bajas:

las concentraciones o niveles en sangre o en líquido amniótico, por ejemplo, son tan altas como las de nuestras propias hormonas naturales, y a menudo mucho más". Hasta ahora se aceptaba que estos compuestos debían presentarse a dosis más elevadas para alterar funciones fisiológicas en el organismo, "pero eso está en revisión", dice Porta.

A este experto no le tranquiliza saber que en la mayor parte de los alimentos estos compuestos no superan los niveles considerados seguros por las agencias de seguridad alimentaria y la OMS. "A menudo los niveles legales se establecen simplemente para que los alimentos puedan llegar a nuestra mesa", señala Porta. "Pero nadie nos puede asegurar que las concentraciones que tiene una parte importante de la población sean seguras; a mí, como médico, me parecen muy preocupantes".

En un estudio reciente, su grupo midió presencia de contaminantes en una muestra de 919 personas en Cataluña, considerada representativa de la población general. Los resultados revelaron que algunas personas tenían cantidades de DDE y hexaclorobenceno hasta 6.000 veces superiores que otras. "Una minoría de la población tiene una contaminación interna escandalosamente superior a la mayoría. ¿Es esa minoría la que luego desarrolla enfermedad?", se pregunta Porta.

Es una de las muchas cuestiones aún pendientes de estudiar. Los investigadores se preguntan, por ejemplo, cómo interfieren los tóxicos ambientales con la acción de los genes. Algunos datos apuntan a que el arsénico, el cadmio y los pesticidas organoclorados podrían apagar genes supresores de tumores, y encender genes con precisamente la acción opuesta.

Prueba de que el problema importa es que la Unión Europea destina fondos a investigarlo. El grupo de Olea y otros siete laboratorios europeos participan en el proyecto internacional Contamed, que estudia la relación de la química cotidiana con los trastornos del sistema reproductivo. La incidencia de estas alteraciones -desde una menor calidad del semen hasta malformaciones de genitales- está en aumento en Europa y el problema causa "una considerable preocupación", se dice en la web del proyecto.

**Tags Relacionados:** [contaminacion](#), [pescado](#), [desarrollo cognitivo](#), [toxicidad](#), [mercurio](#), [alimentacion](#)

kg



TAMAÑO DE LA LETRA:



Descarga la barra de herramientas de Vanguardia

**Es gratis**

#### Notas relacionadas:

[Imaginación contra los antojos](#)

[Cáscara de garbanzo reduce colesterol](#)

[Revelan efectiva dieta para bajar de peso y ya no subir](#)

[¿Por qué engordo, si como poco?](#)

[¿Daños? Sí, pero no: alimentos "bipolares"](#)

[Ojo con alimentos naturistas](#)

[95% de las dietas `rebotan`](#)

**Enlaces patrocinados**

[Archiveros](#)

[Sillas para Oficina](#)

[Hoteles Saltillo](#)

## Comenta aquí



#### Agregar un nuevo comentario

Escribe tu comentario aquí.

Publica como ...

Mostrando 0 comentarios

Ordenar según

[Suscribirse por correo-e](#)

[Suscríbete por RSS](#)

URL de Trackback

## Ahora en portada &gt;

02:57



**COAHUILA**  
**Reprueban Alcaldías de Coahuila en administración**  
 Revela evaluación de la Auditoría Superior del Estado que 35 de los 38 ayuntamientos no alcanzan el ...



**NACIONAL**  
**Muere hombre en la impunidad: Lo agreden a tubazos**  
 MONTERREY, NL.- Pero al parecer se trató de una diferencia con un extrabajador de su negocio, quien ...



**NACIONAL**  
**Lo que faltaba: narcos 'justicieros'**  
 En mantas colocadas ayer, tanto en Chihuahua capital, como en Ciudad Juárez, el Cártel de Sinaloa of...



**COAHUILA**  
**¡Felices vacaciones! en Coahuila**  
 Saltillo.- Cerca de un millón de estudiantes y 40 mil profesores de las 5 mil 978 escuelas en Coahuila...



**VANGUARDIA**  
 © Derechos reservados 2010

Síguenos en:



Haz de Vanguardia tu:  
 » [Página principal](#) | » [Buscador Principal](#)

Otras opciones:

**Contacto**  
**Ayuda**  
**Inicio**  
**Directorio**  
**Aviso Legal**  
**Buscador**

**Blogs**  
**RSS**  
**Cincartelera**  
**Mapa del Sitio**

